



(12) 发明专利

(10) 授权公告号 CN 103404806 B

(45) 授权公告日 2015.08.12

(21) 申请号 201310306931.X

CN 1383741 A, 2002.12.11, 全文.

(22) 申请日 2013.07.20

易诚等. 即食多味蕨菜干的工艺研究. 《特产研究》. 2001, (第3期), 第18-20页.

(73) 专利权人 石台县小菜一碟农产品有限公司
地址 245100 安徽省池州市石台县仁里镇齐
门路2号

审查员 罗美琪

(72) 发明人 黄选检

(74) 专利代理机构 安徽信拓律师事务所 34117
代理人 娄尔玉

(51) Int. Cl.

A23L 1/212(2006.01)

(56) 对比文件

CN 103141779 A, 2013.06.12, 说明书第4-6
段.

CN 102870864 A, 2013.01.16, 说明书第4-6
段.

权利要求书1页 说明书4页

(54) 发明名称

一种干野菜的制作方法

(57) 摘要

一种干野菜的制作方法,涉及调味品品技术领域,1)选择山里采集并自然晒干的蕨菜、荠菜、马兰头、马齿苋、香椿、苦菜、鱼腥草、地木耳或苋菜等其中的一种或几种,将干野菜浸泡在山泉水中10-12小时后捞出并冲洗干净待用;2)冲洗干净的野菜放入脱水机进行脱水处理,甩干即可,一般需要1-5分钟的时间即可;3)脱水的野菜按规格切成段,加入盐和菜籽油拌匀,野菜、盐、菜籽油的比为20:1.5:14;4)拌匀后的野菜放入锅内蒸20-40分钟,蒸熟即可;5)蒸熟后的野菜自然冷却,然后装瓶,封口前在上面浇一层菜籽油后封口,再经杀菌即可。本发明口感好、易保存,不含有化学添加剂,保存了野菜的原汁原味,制备方法简单,便于操作。

1. 一种干野菜的制作方法,其特征在于,包括以下方法步骤:

1) 选择山里采集并自然晒干的荠菜、马兰头、香椿、苦菜、地木耳及苋菜,将这些干野菜浸泡在山泉水中 12 小时后捞出并冲洗干净待用;

2) 将步骤 1) 中冲洗干净的野菜放入脱水机进行脱水处理,甩干;

3) 将步骤 2) 中脱水的野菜按规格切成段,加入盐和菜籽油拌匀,野菜、盐、菜籽油的比
例为 20:1.5:14;

4) 将步骤 3) 中拌匀后的野菜放入锅蒸 20-40 分钟;

5) 将步骤 4) 蒸熟后的野菜自然冷却,然后装瓶,封口前在上面浇一层菜籽油后封口,
再经杀菌即成。

一种干野菜的制作方法

技术领域

[0001] 本发明涉及调味品品技术领域,具体涉及一种干野菜的制作方法。

背景技术

[0002] 随着社会经济的高速发展,工矿企业的不断增多,环境污染问题已经非常严重。人类生存的空间被工业生产中所产生的有毒有害物质所侵害。另一方面,农业生产中大量地施用化学化肥和化学农药,致使农作物中有毒有害物质严重超过国家规定的标准。人们所吃的粮食、蔬菜和水果等也受到了不同程度的污染。在养殖业中,为了提高肉类动物的瘦肉率,在饲料中加入大量的激素,而这些激素大多都含有一些致癌物质。因此,环境污染所带来的粮食、蔬菜、水果的污染,对人们健康带来潜在的危害是不可忽视的。

[0003] 山野菜长期生长在自然环境条件下。大多生长在深山谷地、林木丛中,或生长在河溪两侧、荒山沟旁。距人们的生活区较远。污染相对较少。而且山野菜在生长的过程中不需要人工施用化学化肥,不用打农药,没有城市污水以及工矿企业污水的污染。是纯正的绿色蔬菜。

[0004] 随着社会的发展和人们生活水平的提高,人们的消费观念也在发生着具大的变化。正在走入科学的饮食结构。营养型、保健型食品正被人们所认识和热爱。而传统的大鱼大肉,高蛋白、高脂肪的膳食结构逐步淡化。取而代之的是:多纤维、多维生素、微量元素和矿物质。

[0005] 山野菜以其优良的品质,绿色无公害,而越来越受到人们的喜爱。原来生长在路边、荒地和林中的野菜,如今已进入高级宾馆、酒店的大雅之堂,成为高档山珍而倍受欢迎。

[0006] 蕨菜:吃起来不仅鲜嫩滑爽,而且营养价值很高,富含多种维生素和矿物质,享有“山菜之王”的美誉。药理实验结果表明,蕨菜味甘性寒,入药有解毒、清热、润肠、降气、化痰等功效。经常食用可治疗高血压、头晕失眠、子宫出血、慢性关节炎等症,对流感也有防作用。蕨菜的食法很多,卤、爆、炒、烧、煨、焖都可(宜先用热水余一下)。以色泽翠绿、质地软嫩、清香味浓而深受中外食客的青睐。

[0007] 荠菜:又名菱角菜、麦地菜、枕头草、护生草等。荠菜叶嫩根肥,具有诱人的清香和美味。含有丰富的蛋白质、糖类、胡萝卜素、维生素C以及人体所需的各种氨基酸和矿物质。荠菜的食法多种多样,炒食、做汤均可。人们还常用荠菜做包子、春卷、饺子、汤圆的馅料,荠菜又是一种“地道药材”。中医认为,荠菜味辛甘、性凉平,具有和脾、利水、止血、明目等功效,可以治疗高血压、冠心病、痢疾、肾炎等症。

[0008] 马兰头:又称马郎头、路边菊、红梗菜、鸡儿菜等,属菊科多年生草本植物,因摘其嫩茎叶头作为蔬菜,故有此名。含有丰富的维生素和无机盐,超过营养丰富的菠菜。马兰头维生素A的含量超过番茄,维生素C含量超过柑桔类水果。中医学认为马兰头性凉味辛,无毒,具有清热解毒,凉血止血,利尿消肿的功效。经常吃马兰头,对高血压、咽喉炎、急性肝炎、扁桃体炎等许多疾病都有好处。既可炒食或凉拌,也可晒成干菜备用。用嫩马兰头与嫩笋片同炒,其味清香;马兰头余后切末,与熟鸡肉末、熟火腿末,加入精盐、白糖,浇上麻油拌

匀,其味更佳;红烧肉或红烧丸子,将熟马兰头垫底,有荤有素,色、香、味俱佳;马兰头洗净后,挤干切末,加入肉馅,包蛋卷,馄饨或饺子,鲜美爽口,清香诱人。

[0009] 马齿苋:又叫长寿菜、瓜子菜、马蛇子菜、五行草等。含有维生素 A、B、C,胡萝卜素、蛋白质、粗纤维及钙、铁、磷等。中医认为,马齿苋性偏寒,有清热、解毒、消肿、利湿、凉血、降压、利尿等功效,可以治疗尿道炎、尿血、痢疾、黄疸型肝炎及妇科病。民间常用来做汤、做粥或凉拌。马齿苋对子宫有明显的兴奋作用,所以孕妇不要吃,脾胃虚寒的人也要少食。

[0010] 香椿:又叫红椿或春芽,香椿芽的吃法很多,如椿芽炒肉、椿芽炒蛋、凉拌椿芽、油炸香椿、椿芽炸酱面等均别有风味。香椿有较高的药用价值。《唐本草》称香椿“主洗疥疮、风疹,水煎叶汁用之。”

[0011] 苦菜:又名苦苣菜,含有蛋白质和多种维生素,其嫩味可采食。生吃略带苦味,用开水烫一下加热制熟,苦味可除。苦菜可炒肉、炒蛋、做汤,或加些大豆粉做成小豆腐吃,亦可沸水烫后蘸面酱食用。苦菜性苦寒,中医认为可以清热解毒、凉血,可以治疗乳腺炎、上呼吸道感染、急性咽炎、蜂窝组织炎。脾胃虚寒者少食。

[0012] 侧耳根:又名鱼腥草,具有清热解毒利尿消肿之功效,对治疗胃癌亦有效果,具有滋补强身作用,可促进毛发生长,能使白发变黑。

[0013] 地木耳:又名地衣,其所含胶质可吸附人体消化道残留的灰尘、杂质,有清胃、涤肠作用。中医学认为地木耳性味平和,有滋补益气功效,常作汤菜食用,鲜香味醇。

[0014] 苋菜:富含易被人体吸收的钙质,对牙齿和骨骼的生长可起到促进作用。苋菜并能维持正常的心肌活动,防止肌肉痉挛(抽筋)。这是因为它所含丰富的铁,可经合成红细胞中的血红蛋白,有携带氧气的功能。它含有丰富的铁、钙和维生素 K,可以促进凝血、造血等功能。苋菜常食可以减肥轻身促进排毒,防止便秘。苋菜性味甘,在夏季多食用红苋菜,具有清热解毒、治疗肠炎痢疾、大便干结和小便赤涩的效果。

[0015] 1、清热解毒,明目利咽 苋菜性味甘凉,长于清利湿热,清肝解毒,凉血散瘀,对于湿热所致的赤白痢疾及肝火上炎所致的目赤目痛、咽喉红肿不利等,均有一定的辅助治疗作用。

[0016] 2、营养丰富,增强体质 苋菜中富含蛋白质、脂肪、糖类及多种维生素和矿物质,其所含的蛋白质比牛奶更能充分被人体吸收,所含胡萝卜素比茄果类高 2 倍以上,可为人体提供丰富的营养物质,有利于强身健体,提高机体的免疫力,有“长寿菜”之称。

[0017] 3、促进儿童生长发育 苋菜中铁的含量是菠菜的 1 倍,钙的含量则是 3 倍,为鲜蔬菜中的佼佼者。更重要的是,苋菜中不含草酸,所含钙、铁进入人体后很容易被吸收利用。因此,苋菜能促进小儿的生长发育,对骨折的愈合具有一定的食疗价值。

[0018] 但是,野菜季节性太强,鲜菜的保质期很短,无法满足人们食用野菜的需求。

发明内容

[0019] 本发明所要解决的技术问题在于提供一种方法简单,不含添加剂的干野菜的制作方法。

[0020] 本发明所要解决的技术问题采用以下技术方案来实现:

[0021] 一种干野菜的制作方法,包括以下方法步骤,

[0022] 1) 选择山里采集并自然晒干的蕨菜、荠菜、马兰头、马齿苋、香椿、苦菜、鱼腥草、地

木耳或苋菜等其中的一种或几种,将干野菜浸泡在山泉水中 10-12 小时后捞出并冲洗干净待用;

[0023] 2) 将步骤 1) 中冲洗干净的野菜放入脱水机进行脱水处理,甩干即可,一般需要 1-5 分钟的时间即可;

[0024] 3) 将步骤 2) 中脱水的野菜按规格切成段,加入盐和菜籽油拌匀,野菜、盐、菜籽油的比为 20:1.5:14;

[0025] 4) 将步骤 3) 中拌匀后的野菜放入锅内蒸 20-40 分钟,蒸熟即可;

[0026] 5) 将步骤 4) 蒸熟后的野菜自然冷却,然后装瓶,封口前在上面浇一层菜籽油后封口,再经杀菌即可。

[0027] 本发明的有益效果是:本发明口感好、易保存,不含有化学添加剂,保存了野菜的原汁原味,制备方法简单,便于操作。

具体实施方式

[0028] 为了使本发明实现的技术手段、创作特征、达成目的与功效易于明白了解,下面结合具体实施例,进一步阐述本发明。

[0029] 实施例 1

[0030] 1) 选择山里采集并自然晒干的蕨菜,将干蕨菜浸泡在山泉水中 12 小时后捞出并冲洗干净待用;

[0031] 2) 将步骤 1) 中冲洗干净的蕨菜放入脱水机进行脱水处理,甩干即可,一般需要 1 分钟的时间即可;

[0032] 3) 将步骤 2) 中脱水的蕨菜按规格切成段,加入盐和菜籽油拌匀,蕨菜、盐、菜籽油的比为 20:1.5:14;

[0033] 4) 将步骤 3) 中拌匀后的蕨菜放入锅内蒸 20-40 分钟,蒸熟即可;

[0034] 5) 将步骤 4) 蒸熟后的蕨菜自然冷却,然后装瓶,封口前在上面浇一层菜籽油后封口,再经杀菌即可。

[0035] 实施例 2

[0036] 1) 选择山里采集并自然晒干的马齿苋,将干马齿苋浸泡在山泉水中 10 小时后捞出并冲洗干净待用;

[0037] 2) 将步骤 1) 中冲洗干净的马齿苋放入脱水机进行脱水处理,甩干即可,一般需要 1 分钟的时间即可;

[0038] 3) 将步骤 2) 中脱水的马齿苋按规格切成段,加入盐和菜籽油拌匀,马齿苋、盐、菜籽油的比为 20:1.5:14;

[0039] 4) 将步骤 3) 中拌匀后的马齿苋放入锅正蒸 20-40 分钟,蒸熟即可;

[0040] 5) 将步骤 4) 蒸熟后的马齿苋自然冷却,然后装瓶,封口前在上面浇一层菜籽油后封口,再经杀菌即可。

[0041] 实施例 3

[0042] 1) 选择山里采集并自然晒干的鱼腥草,将干鱼腥草浸泡在山泉水中 12 小时后捞出并冲洗干净待用;

[0043] 2) 将步骤 1) 中冲洗干净鱼腥草放入脱水机进行脱水处理,甩干即可,一般需要

1 分钟的时间即可；

[0044] 3) 将步骤 2) 中脱水的鱼腥草按规格切成段, 加入盐和菜籽油拌匀, 鱼腥草、盐、菜籽油的比为 20:1.5:14；

[0045] 4) 将步骤 3) 中拌匀后的鱼腥草放入锅正蒸 20-40 分钟, 蒸熟即可；

[0046] 5) 将步骤 4) 蒸熟后的鱼腥草自然冷却, 然后装瓶, 封口前在上面浇一层菜籽油后封口, 再经杀菌即可。

[0047] 实施例 4

[0048] 1) 选择山里采集并自然晒干的荠菜、马兰头、香椿、苦菜、地木耳及苋菜, 将这些干野菜浸泡在山泉水中 12 小时后捞出并冲洗干净待用；

[0049] 2) 将步骤 1) 中冲洗干净的野菜放入脱水机进行脱水处理, 甩干即可, 一般需要 2 分钟的时间即可；

[0050] 3) 将步骤 2) 中脱水的野菜按规格切成段, 加入盐和菜籽油拌匀, 野菜、盐、菜籽油的比为 20:1.5:14；

[0051] 4) 将步骤 3) 中拌匀后的野菜放入锅正蒸 20-40 分钟, 蒸熟即可；

[0052] 5) 将步骤 4) 蒸熟后的野菜自然冷却, 然后装瓶, 封口前在上面浇一层菜籽油后封口, 再经杀菌即可。

[0053] 以上显示和描述了本发明的基本原理和主要特征和本发明的优点。本行业的技术人员应该了解, 本发明不受上述实施例的限制, 上述实施例和说明书中描述的只是说明本发明的原理, 在不脱离本发明精神和范围的前提下, 本发明还会有各种变化和进步, 这些变化和进步都落入要求保护的本发明范围内。本发明要求保护范围由所附的权利要求书及其等效物界定。